

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN LAHIR RENDAH DI RUANG NICU RSUD PURI HUSADA TEMBILAHAN

Ela Kusuma^{1*}, Fajar Sari Tanberika², Muhammad Dwi Satriyanto³, Rifa Yanti⁴

^{1,2,3,4} Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Riau, Indonesia

elakusuma76@gmail.com

ABSTRAK

Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) merupakan bayi yang lahir dengan berat badan kurang dari 2500gram. BBLR memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan sehingga memerlukan perawatan yang optimal. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pertumbuhan bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi dapat merangsang aktivitas nervus vagus sehingga meningkatkan penyerapan nutrisi dan mempercepat kenaikan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi berat lahir rendah di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan. Penelitian ini menggunakan desain *Pre-Experimental* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 15 bayi BBLR dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran berat badan bayi sebelum dan sesudah intervensi pijat bayi. Analisis data menggunakan uji *Paired t-test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata berat badan bayi setelah diberikan pijat bayi lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan pijat bayi. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara pijat bayi terhadap kenaikan berat badan BBLR (p -value $< 0,05$), dan dapat disimpulkan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap kenaikan berat badan BBLR di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan. Pijat bayi dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi pendukung dalam perawatan untuk meningkatkan pertumbuhan BBLR.

Kata kunci : Pijat bayi; Bayi Berat Lahir Rendah; Kenaikan Berat Badan; NICU.

ABSTRACT

Low Birth Weight (LBW) babies are babies born weighing less than 2500 grams. LBW babies have a higher risk of growth and developmental problems, so they need optimal care. One non-pharmacological effort that can be done to boost a baby's growth is baby massage. Baby massage can stimulate the vagus nerve activity, which helps improve nutrient absorption and speeds up weight gain. This study aims to find out the effect of baby massage on weight gain in low birth weight babies in the NICU at RSUD Puri Husada Tembilahan. The study uses a Pre-Experimental design with a One Group Pretest-Posttest approach. The study sample consisted of 15 low birth weight infants using a total sampling technique. Data collection was done by measuring the babies' weight before and after the baby massage intervention. Data analysis used a Paired t-test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that the average baby weight after receiving baby massage was higher compared to before the massage. Statistical tests showed there was a significant effect of baby massage on the weight gain of low birth weight infants (p -value < 0.05), and it can be concluded that baby massage influences the weight gain of low birth weight infants in the NICU Room at RSUD Puri Husada Tembilahan. Baby massage can be used as one of the supportive interventions in care to promote the growth of low birth weight infants.

Keywords : Baby massage; Low Birth Weight Babies; Weight Gain; NICU.

PENDAHULUAN

Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku dan menyatukan organ tubuh dengan gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan disalon dan spa saja, tapi juga diberbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan. Saat ini, teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi (Roesli, 2020).

Indikator derajat kesehatan di Indonesia di nilai dari angka kematian ibu, (AKI) dan angka kematian Bayi (AKB). Data dari *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2023 menunjukkan sekitar 15 juta bayi prematur dilahirkan setiap tahun, 1,1 juta diantaranya meninggal. Angka kematian bayi (AKB) akan menurun menjadi dua pertiga dari kondisi tahun 1999 dari 25 menjadi 15 per 1000 kelahiran hidup (Depkes RI, 2021). Kematian Neonatal atau bayi baru lahir yang umumnya berusia 0 -6 hari mencapai lebih dari setengah kematian bayi (56%).

Angka kejadian BBLR di Provinsi Riau tahun 2023 adalah 1.363 bayi dari 131.468 kelahiran hidup atau sekitar 1,7 % dari semua kelahiran hidup. Tahun 2024 secara nasional, data profil kesehatan Indonesia menunjukkan proporsi BBLR sekitar 3,9 % pada tahun 2024 dari bayi yang ditimbang. Selama 7-10 hari pertama bayi akan kehilangan berat badan 10 % untuk bayi dengan berat lahir > 1500gram dan 15 % untuk berat lahir < 1500 gram. Salah satu cara pencegahan komplikasi dan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan berat lahir rendah dengan memberikan terapi komplementer (Pantiawati, 2022). Beberapa metode perawatan bisa di berikan pada bayi BBLR dalam upaya upaya mengoptimalkan pertumbuhan bayi diantaranya seperti penerapan metode pijat bayi. Banyak faktor yang mengakibatkan bayi mengalami kematian, di antaranya adalah perawatan yang tidak optimal dan kurangnya asupan nutrisi yang dibutuhkan oleh sibayi. Oleh karena itu salah satu peran pemerintah dalam hal ini adalah pihak kesehatan harus berupaya agar dapat menanggulangi kematian yang terjadi pada bayi salah satunya adalah bentuk perawatan

optimalisasi pertumbuhan bayi dengan cara melakukan pijat bayi yang berguna untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Syaukani, 2021).

Roesli mengutip penelitian Field dan Scafidi yaitu pada bayi prematur yang dilakukan pemijatan 3x10 menit selama 10 hari, kenaikan berat badannya tiap hari 20%-47% dan pada bayi cukup bulan usia 0-1 bulan dipijat 15 menit, dua kali seminggu selama enam minggu, kenaikan berat badannya lebih baik dari pada yang tidak dipijat. Mengutip pula penelitian yang dilakukan oleh Tri Sunarsih (2020), bayi pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan berat badan sebesar 17,32% dan kelompok kontrol meningkat sebesar 13,48% .

Berdasarkan survey data awal yang dilakukan peneliti, jumlah bayi di bulan Oktober- Desember tahun 2025 di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan adalah sebanyak 29 bayi, dimana 20 bayi (80,6 %) diantaranya mengalami kenaikan berat badan dan sisanya sekitar 9 bayi (10,4 %) tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 5 orang ibu, 3 diantaranya mengatakan bahwa ibu bayi tersebut tidak mengetahui cara perawatan kesehatan bayi dengan stimulasi pertumbuhan bayi menggunakan pijat bayi. Dilihat dari uraian tentang masalah berat badan bayi yang tidak mengalami peningkatan dan perkembangan yang cukup baik dan kurangnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya stimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi menggunakan pijat bayi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Lahir Rendah Di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pra-ekperimen, yaitu *one group pretest - posttest design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi lahir rendah

(BBLR) dengan membandingkan berat badan sebelum dan sesudah di berikan intervensi pijat bayi pada kelompok yang sama tanpa kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan. Adapun alasan peneliti memilih tempat penelitian di Ruangan NICU RSUD Puri Husada dikarenakan masih tingginya prevalensi bayi dengan berat badan kurang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2026 sampai bulan Juni 2026. Populasi penelitian adalah 29 bayi BBLR yang di rawat di ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan selama periode penelitian, Sampel berjumlah 15 bayi BBLR yang dipilih dengan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi . Pengukuran berat badan (pretest) dilakukan sebelum Intervensi berupa pijat bayi diberikan, menggunakan timbangan bayi digital yang telah dikalibrasi. Selanjutnya bayi di berikan intervensi pijat bayi selama 15 menit, sebanyak 2 kali sehari (pagi dan sore) selama 5 hari berturut-turut (sesuai SOP penelitian). Setelah seluruh rangkaian intervensi selesai, dilakukan pengukuran berat badan kembali (posttest) menggunakan alat ukur yang sama. Analisis data dilakukan menggunakan Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta nilai rata-rata berat badan bayi sebelum dan sesudah intervensi. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro–Wilk. Hasil analisis dinyatakan bermakna secara statistik apabila nilai $p < 0,05$ Analisis dilakukan secara univariat untuk distribusi frekuensi, dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* karena data tidak berdistribusi normal, dengan signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa univariat ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Analisa data dilakukan untuk mendeskripsikan Berat badan bayi lahir rendah sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi dalam bentuk rata-rata

Tabel 1. Rata-rata berat badan bayi lahir rendah sebelum dilakukan pijat bayi di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Berat Badan Bayi Lahir Rendah Sebelum Dilakukan Pijat Bayi	1846 gr	150.916	1500-2100

Berdasarkan tabel 1 rata-rata berat badan bayi lahir rendah sebelum dilakukan pijat bayi adalah 1846 gr dengan standar deviasi 150.916 dan Min-Max 1500 gr - 2100 gr.

Tabel 2. Rata-rata berat badan bayi lahir rendah sesudah dilakukan pijat bayi di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Berat Badan Bayi Lahir Rendah Sesudah Dilakukan Pijat Bayi	1921,27 gr	178.197	1580-2200

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa rata-rata berat badan bayi lahir rendah sesudah dilakukan pijat bayi adalah 1921,27 gr dengan standar deviasi 178.197 dan Min-Max 1580-2200 gr

Tabel 3. Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi premature di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan

No.	Berat Badan	Mean	SD	Perbedaan		p-Value
				Mean	SD	
1	Sebelum dilakukan pijat bayi	1846 gr	150.916	75.267 gr	57.486	0,001
2	Sesudah dilakukan pijat bayi	19221.27	178.197			

Berdasarkan tabel 3 diperoleh rata-rata berat badan bayi lahir rendah sebelum dilakukan pijat bayi adalah 1846 gr dengan standar deviasi 150.916 dan rata-rata berat badan bayi lahir rendah sesudah dilakukan pijat bayi adalah 19221.27 gr dengan standar deviasi 178.19. Terlihat perbedaan mean berat badan bayi lahir rendah sebelum dan sesudah dipijat adalah 75.267 gr dengan standar deviasi 57.486. Hasil uji statistik didapatkan nilai $P\ value = 0,001$, maka dapat disimpulkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi lahir rendah.

Peningkatan berat badan yang terjadi setelah pemberian pijat bayi diduga karena pijat bayi mampu merangsang aktivitas nervus vagus sehingga meningkatkan motilitas saluran cerna, memperbaiki proses penyerapan nutrisi, serta meningkatkan sekresi hormon gastrin dan insulin. Mekanisme tersebut menyebabkan proses metabolisme dan penyerapan zat gizi menjadi lebih optimal sehingga berdampak pada peningkatan berat badan bayi prematur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Field et al. yang menyatakan bahwa terapi pijat pada bayi prematur dapat meningkatkan berat badan melalui peningkatan aktivitas nervus vagus dan efisiensi metabolisme. Penelitian Diego et al. juga melaporkan bahwa bayi prematur yang mendapatkan terapi pijat mengalami peningkatan berat badan lebih cepat dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan terapi pijat. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa pijat bayi memberikan stimulasi sentuhan yang dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis, terutama nervus vagus, sehingga proses pencernaan dan penyerapan nutrisi menjadi lebih optimal. Kondisi tersebut menyebabkan bayi lebih nyaman, tidur lebih nyenyak, frekuensi menyusu meningkat, dan energi yang digunakan lebih efisien sehingga berkontribusi terhadap peningkatan berat badan bayi lahir rendah. Selain itu, pemberian pijat bayi secara rutin dengan teknik yang benar dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam mendukung pertumbuhan bayi berat lahir rendah selama menjalani perawatan di ruang NICU.

Hasil penelitian ini telah diketahui bahwa pijat bayi efektif terhadap kenaikan berat badan lahir rendah, jadi terapi sentuhan atau pijat bayi dapat digunakan sebagai intervensi dalam asuhan kebidanan pada bayi berat badan lahir rendah.

KESIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi lahir rendah di Ruang NICU RSUD Puri Husada Tembilahan dengan jumlah responden 15 bayi, dapat disimpulkan bahwa

terlihat perbedaan mean berat badan bayi lahir rendah sebelum dan sesudah dipijat adalah 75.26 gr dengan standar deviasi 57.486. Hasil uji statistik didapatkan nilai $P\text{ value} = 0,001$, maka dapat disimpulkan bahwa pijat bayi efektif untuk meningkatkan berat badan bayi lahir rendah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah yang telah memberikan dukungan selama proses penelitian. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktur UPTD RSUD Puri Husada Tembilahan beserta seluruh tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, bantuan, dan kerja sama selama pelaksanaan penelitian. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan selama proses penyusunan penelitian. Tidak lupa, penulis menyampaikan apresiasi kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R. Y.(2018). Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Prasekolah. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Baratawidjaja (2021). *Hubungan Antara Pijat Bayi dengan k e n a i k a n b e r a t b a d a n b a y i Berat Badan Di RSUD Panembahan Senopati Bantul Tahun 2012*. Diakses pada tanggal 15 Juli 2016
- Cahyaningrum. (2018). *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi agar Tumbuh Kembang Maksimal*. Yogyakarta, Araska. 58

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). (2017). *Angka Kematian Bayi (AKB) atau Infant Mortality Rate*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Field, T. (2019). Infant Massage Therapy Research Review. *Clinical Research in Pediatrics*, 2(1),1-6.
- Notoatmodjo. (2018). S. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.2012.
- Pantiawati 2010, *Bayi dengan berat badan lahir rendah*, Nuha medika Jakarta
- Poedji Rochjati. (2022). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu Terhadap Pijat Bayi Usia 0-12 Bulan di Kompleks TNI AL Sabang*. Diakses tanggal 28 Juni 2023
- Roesli. (2016). *Pengaruh Pemijatan pada Bayi Usia 46 Bulan terhadap Peningkatan Berat Badan di Desa Pundong Kecamatan Kabupaten Jombang*. Diakses pada tanggal 29 Mei 2016
- Sugiyono. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke 2). Bandung: Alfabeta.
- Sukarja. (2021). *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita Untuk Keperawatan Dan Kebidanan*. Jogjakarta, D-Medika.
- Sukarni, I., & Wahyu, p. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- World Health Organization. (2022). *WHO Recommendations for Care of The Preterm or Low Birth Weight Infant*. Geneva: World Health Organization.

